

¿EL NUEVO MODELO EDUCATIVO MEXICANO SE OCUPARÁ DE LA SANIDAD MENTAL Y EMOCIONAL DE LOS ALUMNOS Y MAESTROS?

Por **DANIEL SUÁREZ**. Insurgencia Magisterial. 16 de agosto de 2017

Psicoterapia Gestalt para la Educación Mexicana: Una alternativa de cambio.

El propósito de la Psicoterapia Gestalt es brindar ayuda a la gente para que pueda redescubrir creativamente su capacidad de darse cuenta, percatarse de lo que realmente está vivenciando cualquiera que sea su experiencia; favoreciendo así el aprendizaje necesario para que la persona pueda conocerse mejor estando cerca de sí y viviendo en el aquí y en el ahora con la total intención de que abandone pensamientos o conductas que le generan sufrimiento, promoviendo la expresión de sentimientos y emociones sinceros para evitar la emisión de juicios y la manipulación de otros seres vivos y/o humanos; además de auxiliar, se encarga de proporcionar a las personas alternativas diversas basadas en la filosofía ZEN con las que podrá conectar de mejor manera con la realidad y el Planeta, a dejar de vivir en el pasado o pensar aceleradamente en un futuro incierto. Es ayudar a compartir y relacionarse con lo que tienen y no con lo que no poseen, generando así consciencia sobre la importancia de escuchar, responder clara y asertivamente, para que cuando se presenten situaciones en donde el dolor sea evidente, lo puedan recibir como un conjunto de experiencias y sepan quedarse ahí lo suficiente para crecer y no para estancarse, sino para poder identificar aquellas acciones que ya es importante dejar atrás porque generan inhumanidad; de manera concreta es orientar y sugerir con amor a las personas a que sean responsables de sus actos, a que se acepten tal cual son, pero sobre todo, que busquen a cada momento de su existencia la felicidad, el último grado de evolución humana.

Quienes somos Psicólogos y Psicoterapeutas Gestalt, tenemos una gran responsabilidad: la vida humana de quienes se acercan a solicitar ayuda, por tal, debemos atender de una manera afectiva y efectiva a la gente, considerando que las técnicas a utilizarse deben aplicarse hábilmente con la metodología científica y clínica, ya que si no es así, se afectará a todos los aspectos vitales en los que se

desenvuelven las personas; por tal, esto debe respetarse siempre, ya que el no respetar la experiencia de una persona durante su trabajo terapéutico se convierte en una acción de agredir su humanidad. Por tal, hay que dejar muy claro que la Psicoterapia Gestalt dirige hacia una total estabilidad, ya que esta es un ideal que promueve la idea de que la vida no es lineal, es decir, que no sucede lo que nosotros creemos que debería, llegando así a transmitir al paciente, la responsabilidad que él tiene en su vida, la capacidad de elegir y por supuesto que ninguna elección es gratuita, todo tiene un precio (consecuencia), si elegimos algo dejamos otra cosa, pero es más que nada hacer consciente a la persona de que es ella y no los demás quien debe elegir lo mejor para su vida. No se olvide que lo más importante en la psicoterapia es la relación terapéutica, y dentro de ella, como base fundamental, se encuentra el vínculo que permite a nuestro paciente sentirse seguro, confiar, cambiar y crecer. El vínculo terapéutico es aquello que permite al paciente atreverse a enfrentar sus más temidos sucesos y a vivir durante el proceso, con la finalidad de conseguir que lleve ese vínculo presente, aunque no se encuentre el Psicoterapeuta físicamente con él, que se sienta seguro porque cuenta con esa presencia vincular que le protege.

Ustedes se preguntarán ¿Por qué el análisis anterior?, yo les puedo escribir que en mi rol como docente (porque no solo soy agente del sector salud: Psicólogo y Psicoterapeuta Gestalt) al leer, revisar, analizar y reflexionar sobre el “Nuevo Modelo Educativo Mexicano” percibo que sus “creadores” no invirtieron nada por la sanidad mental y emocional de los alumnos y maestros, en ningún momento proponen brindar condiciones óptimas y humanas para que estos actores escolares se puedan desarrollar y lograr mejores aptitudes para generar habilidades de contacto que les ayuden a conocer y comprender su comportamiento, a lograr ampliar todos sus recursos creativos y a que conozcan nuevas maneras de funcionar en la vida, ¿Por qué no existe un apartado, algo, que promueva ayuda para mejorar la calidad de vida de los escolares y docentes?, ¿Para qué seguir estresando al magisterio con plataformas burocráticas “digitales”? ¿Aún no se dan cuenta que el maestro se desvive y desatiende a los grupos por estar registrando documentación innecesaria? ¿Realmente nuestros niños y jóvenes son números a los cuales hay que estresar para que obtengan más números y de ese modo se pueda determinar si saben o no?. Yo creo que el sistema lo único que quiere es favorecer el desarrollo de Trastornos mentales y emocionales, así como enfermedades crónico degenerativas; nuestros maestros, niños, jóvenes y padres mexicanos inmersos en la educación, se están enfermando de neurosis, trastornos del sueño, ansiedad, cáncer, estrés,

diabetes, síndrome de burnout, violencia, discriminación, odio, etc.,etc; y si me sigo con la lista, podría hacer un libro con la infinidad de padecimientos que se están generando por la falta de un buen sistema educativo y por la exclusión de programas de salud en donde especialistas del área clínica no tienen intervención alguna; o ustedes saben ¿Qué escuelas de educación básica y pública poseen su médico, psicólogo, nutriólogo, dentista? Yo me pregunto: ¿Quién se ocupará entonces de la sanidad mental y emocional de los alumnos y maestros?

Por tal situación, al no identificar ni encontrar respuesta en el supuesto “nuevo modelo educativo”, propongo que la Psicoterapia Gestalt sea considerada como una alternativa de cambio, creo que puede ayudar a rescatar la educación mexicana; ya que esta, no solo son dinámicas, técnicas, y/o ejercicios, es una practica que promociona el autodescubrimiento a través de experiencias entre grupos de personas y de manera individual, para que faciliten el intercambio con el mundo, con todas las situaciones que los rodean y que se centran en el contexto biopsicosociocultural, como mencionaba líneas atrás, a partir de la Psicoterapia Gestalt se puede promocionar una forma o filosofía de vida centrada en el aquí y en el ahora, consciente de las oportunidades para darse cuenta del momento de cambio, de estar en un proceso constante de humanización. Por eso escribo de manera urgente, y manifiesto que se necesita la Psicología y Psicoterapia Gestalt inmediatamente dentro de todas las escuelas mexicanas de educación pública, desde la modalidad básica hasta la superior, la gente necesita despertar, curarse, darse cuenta y ser creativa, para que obtenga una visión holista de la vida, que sirva directamente para el propio crecimiento personal y el de los demás, con eso me refiero a un progreso colectivo, primero como nación, posteriormente como humanidad. De ahí que Castañeda (1998) cita a Hering y menciona que: *la terapia Gestalt se centra en el aquí y ahora y propone que el hombre es creador de sí mismo, lo que se relaciona con el punto de vista de Adler, el cual menciona que el hombre es creador consciente de su propia vida, lo que significa que el individuo es responsable de sus actos por lo que en esta terapia se fomenta el auto-apoyo y la auto-responsabilidad. (p. 69)*

Este darse cuenta comprende aquellos acontecimientos, sentimientos, sensaciones, todo lo que sucede en el mundo interior de la persona en definitiva, lo que a cada una experimenta en su cuerpo. El darse cuenta es una función de la manera de sentir, de la experiencia y la existencia, la terapia es un ejercicio, Gestalt es un estilo de vida, por tal ejercitamos la vida para llegar a ser personas íntegras en todos los aspectos existenciales. Con esto la transformación personal, se produce por la

propia toma de conciencia de todo nuestro ser, permite ver la dimensión del daño que nos hacemos, hace que paremos, que busquemos realmente otra forma de relacionarnos con nosotros mismos basada en la confianza, la paciencia, el respeto y el amor; con la finalidad de conocer la verdad transparente y sin maquillaje de nosotros mismos. Dentro de la experiencia Gestáltica se pueden distinguir tres tipos de darse cuenta:

1. a) *Darse cuenta de sí mismo o del mundo interior.*
2. b) *Darse cuenta del mundo exterior.*
3. c) *Darse cuenta de la zona intermedia o la zona de fantasía. (Martín, 2012, p. 51)*

Por tal, todo el tiempo vivimos en creatividad, porque desde la Gestalt no decimos que todo es fácil, iremos comprobando que es posible vivir la vida con mayor coherencia, transparencia y bienestar, y por qué no decirlo, también con un sentimiento de felicidad profundo más allá de las circunstancias que nos toca vivir, para que así cada respuesta que nos demos a nosotros mismos, resuene voces internas que tengan que ver con nuestro carácter y nuestra historia. Por otra parte, prestar atención a nuestro propio sentir, reconocer las sensaciones y emociones, nos ayudará a poder distinguir entre aquello que es sano y nos aporta vitalidad de aquello que es pura neurosis, obediencia automática o ansiedad que nos agota y nos insensibiliza. La Psicoterapia Gestalt sin duda favorece el desarrollo de la personalidad creativa, todos las personas tenemos la capacidad pero mediante ella se genera un proceso psicológico que permite la autonomía, la comprensión del funcionamiento de nuestro self, la herramienta clave para que surja un mecanismo de lucha interna que ayude a resolver y a enfrentar grandes verdades sobre lo que realmente somos, queremos y anhelamos en la vida más allá de las autoimposiciones.

¿Pueden comprender ahora por qué le apuesto a que las escuelas estén equipadas con especialistas clínicos que vean por la salud mental y emocional? Si leen, son grandes los aportes que tiene la Gestalt, mi especialidad, y con base en la teoría y mi experiencia, considero que estas cuatro maneras para identificar momentos creativos en la vida deben ser consideradas para crear modelos educativos:

- 1) *No dejar pasar las ideas, pues ellas son muy veloces y desaparecen con la misma facilidad en que se presentaron.*

2) *Afrontar desafíos: colocarse en una posición difícil con pocas posibilidades de salir airoso. El fracaso suele incentivar la creatividad.*

3) *Ensanchar horizontes: cuantos más conocimientos se tengan, tanto mayor será la capacidad creativa. Busque no tanto la cantidad como la variedad de información.*

4) *Dar variedad al ambiente: rodearse de estímulos diversos y cambiantes, aún en el propio hogar, estimula la creatividad.*

(Epstein citado por Cazau, 2000, p. 36).

Para concluir, pienso que logrando implementar esas cuatro maneras gestálticas para identificar los momentos creativos en cada alumno y maestro de cada escuela de educación pública y tomando en cuenta que la Psicología abarca todos los campos existenciales, se puede lograr una re-evolución educativa; yo me enfoco de manera general a la fuerza de la Gestalt o de la “forma” que desde la perspectiva de la Psicoterapia y creatividad gestáltica, puedo asegurar que cada día tiene más alcance en el presente siglo, considerando que su origen es de principios del siglo XX y los principales teóricos a los que debemos esto son: Koffka, Köhler, Wertheimer, Brown, Voth y Fritz Perls; pues ellos fueron quienes lograron unificar aquellas teorías individuales y grupales que hicieron percibir y entender las emociones, sentimientos que procedían del interior de un individuo, llegando así a determinar las características fundamentales de la personalidad de cada ser humano. Como Gestaltista quisiera que mi rama esté más cerca de la educación pública, de ese día en que exista un gobierno que se ocupe por su pueblo, sus alumnos y sus maestros; sin embargo sea cual sea la rama psicológica, desde mi sentir y pensar, mientras esté a favor de un verdadero nuevo modelo educativo para el cambio en el país, bienvenido sea, ya que es indispensable y urgente tener más humanos sensibles con ideales de paz, respeto y evolución; y menos Salinas, Peñas, Duartes, Yarringtons, Azcárragas, Herreras, Montieles, Ceballos, Calderones, Moreiras, Marines, Morenos Valles, Ruizes, etc, etc; con ideales de corrupción, violencia e involución.

“Aprender no es más que descubrir que algo es posible. Enseñar es mostrarle a alguien que algo es posible”

FRITZ PERLS

“Un pequeño arancel, dos copias del papel donde consta que tú eres humano...”

REFERENCIAS:

ANTOLOGÍA DE LA MATERIA CREATIVIDAD CEIG: BIBLIOGRAFÍA 2: CAZAU, PABLO. Lic. en Psicología y Prof. de enseñanza media y superior en psicología Buenos Aires, julio 2000.

CASTAÑEDA; Patricia (1998). “Bases Psicológicas de la Gestalt”. En Revista Internacional de Gestalt. Vol. I. No.1.1998. 1er. Semestre,IMPG. México. pp. 18-22.

MARTÍN; Ángeles (2012). “Manual práctico de Psicoterapia Gestalt. 8ª. Edición. España. Editorial Desclée De Brouwer DDC. pp.207.

Fecha de creación

2017/08/16